ベンチプレス

AND-6453B

取扱説明書

このたびは、本製品をお買い求め頂きまして誠にありがとうございます。
ご使用前に、この取扱説明書を最後までお読みになり、ご理解されたうえで
正しくお使いください。取扱説明書は大切に保管してください。

MADE IN CHINA

安全上のご注意

商品及び取扱説明書にはお使いになる方や他の方への危害と財産への損害を未然に防ぎ、安全にお使い頂くために重要な内容を記載しています。次の内容（表示、図記号）をよく理解してから本文をお読みになり、記載事項をお守りください。

表示の説明	
⚠ 警告	「取り扱いを誤った場合、使用者が死亡または重傷を負うことが想定される内容」を示しています。
⚠ 注意	「取り扱いを誤った場合、使用者が障害を負うことが想定されるか、または物的障害の発生が想定される内容」を示しています。

⚠ 警告

・本製品は家庭用のフィットネス器具です。業務用として使用しないでください。
・本製品はフィットネス用です。
　治療目的やその他の目的ではご使用いただけません。
・地震や火災、取り扱いを間違った方法でのご使用についてのトラブル・故障、またはそれらに起因する怪我・破損等については一切責任を持ちません。
・お子様が遊んだりしないよう、手の届かない所に保管してください。
・ご自身での分解・改造・修理は絶対にしないでください。
・設置や保管の際には、平らで安定した場所に設置してください。
・持病のある方は、ご使用前に必ず医師に相談してください。
・本製品に強い衝撃を与えないでください。
・ストーブやコンロ、電気オーブン等の熱源の近くで使用しないでください。
・本製品は屋内用です。屋外で使用しないでください。
・薬を服用後や、飲酒後、眠気を感じるときは使用しないでください。
・妊娠中の方は使用しないでください。
・ご使用中に、お子様やペットを近づけないでください。
・床やカーペットに保護するためのシートを敷いて、本製品を設置してください。
・安全のため、本製品の周辺は 0.5m 以上のスペースを確保してください。
・ご使用前に、必ずナットとボルトがしっかり締まっているか点検してください。
・本製品に損傷や不備な点がないか、定期的に点検してください。
・組み立て中や使用中に異音がしたら、直ちにご使用を止め、専門業者、あるいはお買い求めの販売店にご相談ください。

⚠ 警告

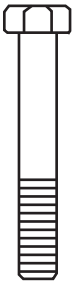
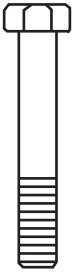
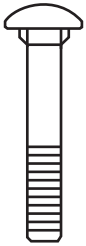
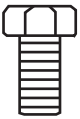
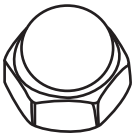
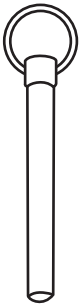
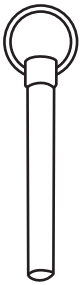
・医師の治療を受けている、体調が優れない、下記のような症状がある方は、本製品をご使用の前に、必ず医師にご相談ください。
  ・心臓に疾患がある (ペースメーカーの仕様等)
  ・熱がある
  ・急性疾患がある
  ・血圧に異常がある。
  ・感染症疾患がある。
  ・痛み、胸の締め付け
  ・息切れ、動悸
  ・めまい、またはむかつき
  ・不整脈

⚠ 注意

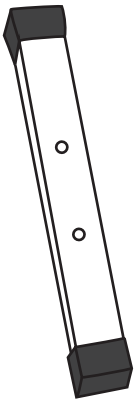
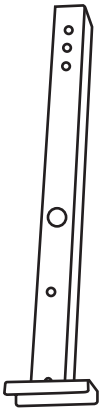
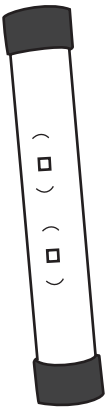
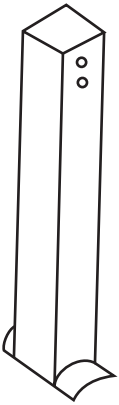
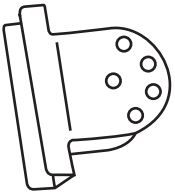
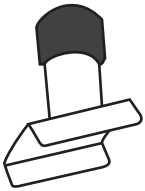
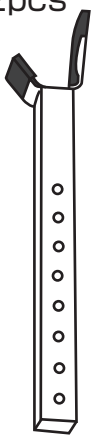
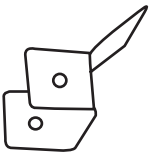
・本製品は、ストレッチ用のトレーニング機器です。それ以外の用途には使用しないでください。
・本製品は、必ず屋内でご使用ください。屋外で使用されますと、錆や傷み・故障の原因になります。
・本製品は水平な床の上に設置し、使用中及び器具の移動の際にも床を保護するマット等をご使用ください。特に畳の上では使用しないでください。畳に損傷を与えます。
・本製品を長期にわたってご使用いただく為、定期的に汚れ等を拭き取ってください。また、汚れが落ちない場合は、中性洗剤のうすめ液で拭き取ってください。
・本製品は、シンナーや酸系の強い洗剤でのお手入れは避けてください。
・本製品を保管する際は、湿気のある場所、また直射日光が当たる所は避け、乾燥した場所に保管してください。

部品詳細

商品開封後、全ての部品がそろっているか確認をしてください。

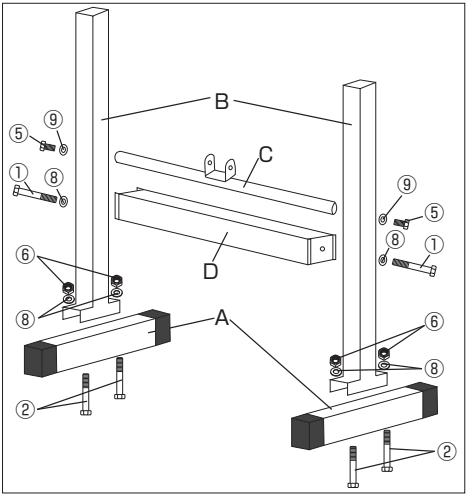
①4pcs (M10×70) 	②4pcs (M10×65) 	③3pcs (M8×50) 	④2pcs (M8×55) 
⑤4pcs (M8×20)  ※うち 2pcs は部品 K に付いています。	⑥8pcs 	⑦2pcs 	⑧8pcs
⑨9pcs ※うち 2pcs は部品 K に付いています。	⑩1pc 	⑪4pcs 	

※予備部品として多めに入っていることがございますが、念の為大切に保管してください。

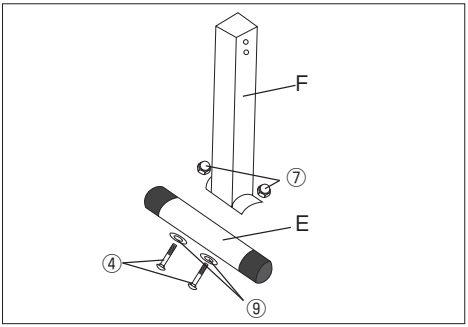
A.2pcs 	B.2pcs 	C.1pc	D.1pc
E.1pc 	F.1pc 	G.1pc	H.1pc 
I.1pc 	J.2pcs 	K.2pcs	L.2pcs 

組み立て方法

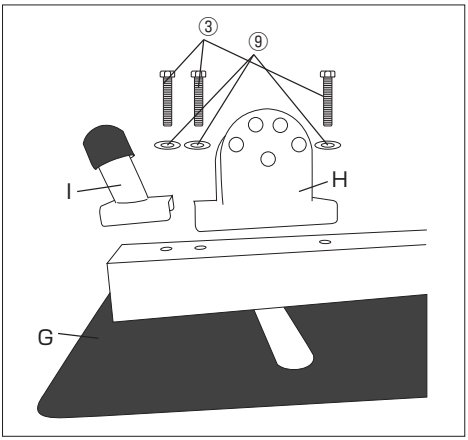
1. 部品 A と部品 B を②のボルトと⑧のワッシャー、⑥のナットを使用し、取り付けます。
部品 A と部品 B の間に部品 C をはめ込み、⑨のワッシャーと⑤のボルトで仮止めし、部品 D を⑧のワッシャーと⑦のボルトで固定し、先に仮止めした部品 C に取り付けた⑤のボルトをしっかりと締め、固定します。



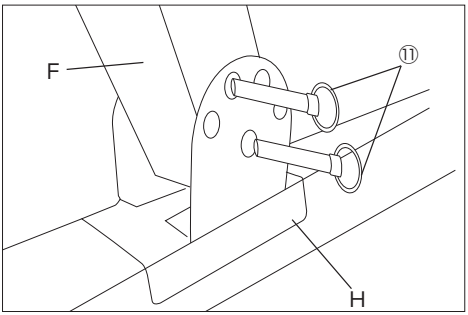
2. 部品 E と部品 F を④のボルトと⑨のワッシャー、⑦の袋ナットを使用し、図のように固定します。



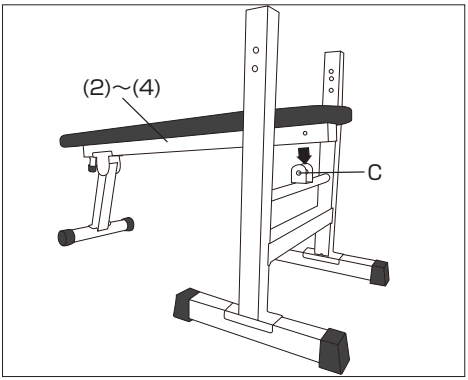
3. 部品 G を裏返し、部品 H と部品 I を⑨と③で図のように固定します。



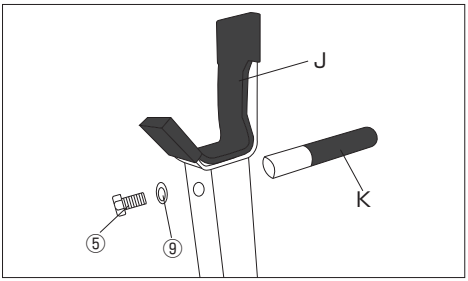
4.(3) で組み付けた部品 H に部品 F をはめ込み、⑪のピンで好みの角度で固定します。



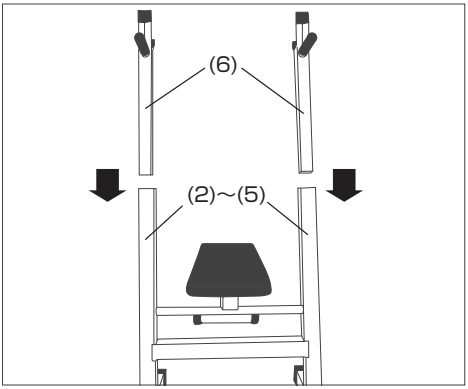
5.(2)～(4) で組み付けたシート部分を (1) で組み付けた脚の部品 C の部分にはめ込みます。



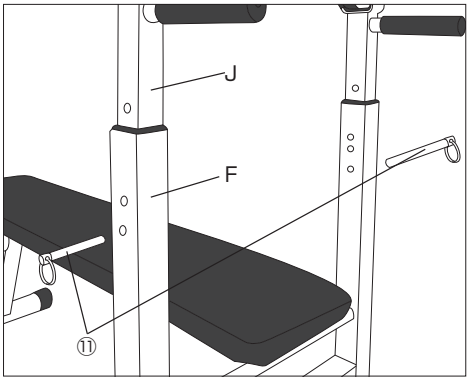
6. 部品 J に部品 K を⑤のボルトと⑨のナットで図のように固定します。



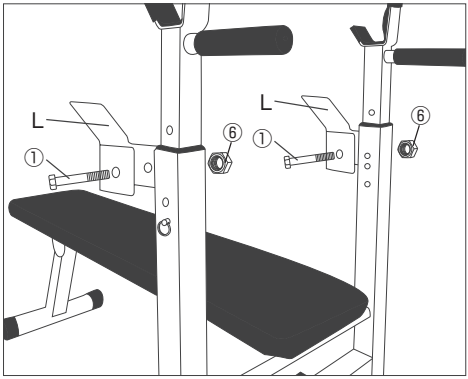
7.(6) を (2)～(5) で組み付けた部分に図のように差し込みます。



8. 部品 F と部品 J の接続部分を⑪のピンで固定します。



9. 部品 L を①のボルトと⑥のナットを使用し、図のように固定します。



＜完成図＞